



REKOLEKTCJE

dla żon żyjących w separacji
lub samotnie po rozwodzie



24-26 maja 2019

Rekolekcje przeznaczone są dla kobiet żyjących samotnie na skutek rozwodu, separacji formalnej i nieformalnej lub przeżywających kryzys rozpadu małżeństwa.

Tegoroczny temat:

**Emocje, uczucia...
jak sobie z nimi radzić?**

Jak panować nad emocjami, zamiast pozwalać żeby miały nad nami władzę?

Czym są emocje a czym uczucia i skąd się biorą ?

Jak je rozpoznawać i nazywać?

Kiedy ujawniać swoje uczucia, a kiedy nie?

Jaki związek ma wiara z uczuciami i emocjami?



Kontakt, zgłoszenia

**Prowadzący:
Beata Słoka (psycholog)
Ks. Jacek Staniec**

Dom Rekolekcyjny Emaus Koniaków

email : dom.emaus@gmail.com

Zapisy: Małgosia

email : gosik0116@gmail.com

telefon : 507503090

